

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

Bab II merupakan bab kajian pustaka, di dalamnya dipaparkan mengenai teori yang menjadi landasan dari penelitian yang akan dilakukan. Bab terdiri dari beberapa bagian, diantaranya kajian pustaka, kerangka pemikiran dan hipotesis penelitian.

A. *Academic Stress*

1. Pengertian *Academic Stress*

Menurut Gadzella 1991 (dalam Gadzella & Masten, 2005), *academic stress* adalah suatu keadaan di mana terdapat tuntutan akademik yang melebihi sumber daya yang tersedia disertai dengan reaksi-reaksi fisik, emosi, kognitif dan tingkah laku yang diarahkan untuk menghadapi peristiwa stres tersebut.

Menurut Gunawan 2021 *Academic stress* merupakan kondisi yang dialami mahasiswa baik secara fisik maupun emosional. Biasanya kondisi ini terjadi dikarenakan adanya tuntutan berlebihan dalam bidang akademik baik dari tenaga pengajar maupun orang tua untuk mendapatkan hasil belajar yang maksimal serta menyelesaikan secara tepat waktu.

Priya, K. (2017) memandang bahwa *academic stress* adalah tekanan atau ketegangan psikologis yang timbul sebagai respons terhadap tuntutan-tuntutan akademik pada mahasiswa, seperti ujian, tugas, persaingan dengan rekan sekelas, dan ekspektasi dari dosen atau orang tua.

Gadzella dan Masten (2005) melihat bahwa *academic stress* sebagai persepsi seseorang terhadap *stressor* akademik yang terdiri dari reaksi fisik, emosi, perilaku dan kognitif terhadap *stressor* tersebut.

Academic stress disebabkan oleh adanya *academic stressor*. *Academic stressor* merupakan yaitu penyebab stres yang bermula dari proses pembelajaran seperti tekanan untuk mendapatkan nilai yang baik, lamanya

belajar, banyaknya tugas, rendahnya nilai atau prestasi dan cemas dalam menghadapi ujian Barseli, dkk. (2017).

The American College Health Association's National College Health Assessment (2018) menemukan bahwa 53% dari 98.050 mahasiswa mengalami stres sedang atau berat dalam waktu 12 bulan terakhir. Menurut *National Crime Records Bureau* ada satu mahasiswa setiap jam yang melakukan bunuh diri. 1,8% karena gagal dalam ujian pada kelompok usia 15-29 tahun (Rofiah & Syaifudin, 2014). *Academic stress* telah diidentifikasi sebagai penyebab utama dari angka-angka yang mengkhawatirkan ini (Jayasankara, dkk. 2018).

2. Aspek-aspek *Academic Stress*

Gadzella dan Masten (2005) mengukur *academic stress* dalam dua komponen atau aspek yakni *stressor* akademik dan reaksi terhadap *stressor* akademik.

a. *Academic stress*

Academic stressor merupakan peristiwa atau situasi (stimulus) yang menuntut penyesuaian diri di luar –luar yang biasa terjadi dalam kehidupan sehari-hari. *Academic stressor* terdiri dari 5 indikator sebagai berikut :

- 1) *Frustrations* (frustasi), yang berkaitan dengan keterlambatan dalam mencapai tujuan, kesulitan sehari-hari, kekurangan sumber daya, kegagalan untuk mencapai tujuan-tujuan yang telah direncanakan, tidak diterima secara sosial, kekecewaan dalam menjalin dan melewatkan kesempatan.
- 2) *Conflicts* (konflik), yang berkaitan dengan pemilihan dua atau lebih alternatif yang diinginkan, dua atau lebih alternatif yang tidak diinginkan dan antara alternatif yang diinginkan dan tidak diinginkan.

- 3) *Pressures* (tekanan), yang berkaitan dengan kompetisi, deadline dan beban kerja yang berlebihan.
- 4) *Change* (perubahan), yang berkaitan dengan pengalaman yang tidak menyenangkan, banyaknya perubahan yang terjadi dalam waktu yang bersamaan, serta kehidupan dan tujuan yang terganggu.
- 5) *Self-imposed* (pemaksaan diri), yang berkaitan dengan keinginan seseorang untuk berkompetisi, disukai oleh semua orang, mengkhawatirkan segala hal, prokrastinasi, mempunyai solusi terhadap masalah dan kecemasan dalam menghadapi ujian.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa aspek untuk mengukur *academic stress* adalah *academic stressor* yang terdiri atas: *Frustrations* (frustasi), *Conflicts* (konflik), *Pressure* (tekanan), *Changes* (perubahan), dan *Self-imposed* (pemaksaan diri).

b. Reaksi Terhadap *Academic Stressor*

Selain *Academic Stressor*, komponen kedua untuk mengukur *academic stress* yaitu reaksi terhadap *academic stressor*. Reaksi terhadap stres terdiri dari reaksi fisik, emosi, perilaku dan *kognitif*. Reaksi terhadap *academic stressor* menurut Gadzella & Masten (2005) adalah sebagai berikut :

- 1) *Psychological* (reaksi fisik) diantara keluarnya keringat secara berlebihan berbicara dengan gapap, bergemetar, pergerakan yang cepat, kelelahan, sakit perut, sesak nafas, nyeri punggung, masalah kulit, sakit kepala, radang sendi, pengurangan dan penambahan berat badan secara drastis.
- 2) *Emotional* (reaksi emosi) diantaranya rasa takut, marah, bersalah dan sedih.

- 3) *Behavioral* (reaksi perilaku) diantaranya menangis, menyakiti orang lain, menyakiti diri sendiri, merokok secara berlebihan, mudah marah, mencoba bunuh diri, menggunakan *defense mechanism* dan memisahkan diri dari orang lain.
- 4) *Cognitive Appraisal* (penilaian kognitif) diantaranya bagaimana seseorang dapat menggunakan strategi yang tepat untuk mengatasi situasi yang menekan.

Penelitian ini menggunakan aspek-aspek *Academic Stress* seperti yang diungkapkan oleh Gadzella dan Masten (2005) yang terdiri dari *frustrations* (frustasi), *conflict* (konflik), *presures* (tekanan), *change* (perubahan) dan *self-imposed* (pemaksaan diri). Serta reaksi terhadap stressor akademik yang terdiri dari *psychological* (reaksi fisik), *emotional* (reaksi emosi), *behavioral* (reaksi perilaku).

3. Faktor-faktor yang mempengaruhi *Academic Stress*

Stres yaitu mengacu pada peristiwa yang dirasakan membahayakan kesejahteraan fisik dan psikologis seseorang. Situasi ini disebut sebagai penyebab stres dan reaksi individu terhadap situasi stress dan disebut sebagai respon stres Dwi, dkk. (2016).

Stres yang dialami mahasiswa terutama pada stres akademik dapat berasal dari berbagai macam hal, yaitu dari faktor internal dan eksternal

a. Faktor Internal

Yaitu perubahan kebiasaan tidur, perubahan kebiasaan makan, tanggungjawab baru dan perubahan kebiasaan belajar.

b. Faktor Eksternal

Yaitu perubahan beban kuliah dan mendapatkan nilai lebih kecil dari yang diharapkan (Bulo & Sanches, 2014). Selain itu juga, ada beberapa faktor lain yang dapat menyebabkan stres. Faktor-faktor penyebab stres (stressor) secara umum dapat diklasifikasikan

sebagai stressor internal dan stressor eksternal. Stressor internal berasal dari dalam diri seseorang, misalnya kondisi fisik atau suatu keadaan emosi, motivasi, tipe kepribadian, dll. Stressor eksternal berasal dari luar diri seseorang misalnya perubahan lingkungan sekitar, keluarga, dosen dan sosial budaya (Herman dan Kariv, 2005). Penyebab stres pada mahasiswa tersebut berbeda antara satu individu dengan yang lain.

Sukmawati (2023) mengatakan bahwa apabila *academic stress* ini terjadi terus-menerus dan menjadi kronis, maka dapat meningkatkan risiko berkembangnya gangguan mental diantaranya gangguan kecemasan, depresi, masalah perilaku, masalah emosional (marah dan frustrasi), dan pikiran bunuh diri.

Academic stress dipengaruhi oleh beberapa faktor risiko, yakni faktor psikologis, rendahnya *self esteem*, rendahnya *self confidence*, dan kesepian. Dalam faktor akademik adanya prokrastinasi, beban kerja akademis, hubungan negatif dengan guru/dosen/staf, kurang menguasai materi, dll. Pada faktor biologis diantaranya dipengaruhi oleh kesehatan fisik, jenis kelamin, usia dan lain-lain. Pada faktor *life-style* terdapat pada kurangnya tidur, kurangnya aktivitas fisik. Pada faktor sosial terdapat tuntutan keluarga, kompetisi kelas, kurangnya jejaring sosial yang suportif. Dan pada faktor finansial terdapat kemiskinan, rendahnya pendapatan keluarga, kurangnya dukungan finansial.

Antara satu faktor dengan faktor lainnya saling berkaitan. Faktor- faktor risiko ini perlu diperhatikan dan dikenali untuk meningkatkan faktor protektifnya sehingga faktor risiko dapat diminimalisir dan tidak menjadi penyebab terjadinya stres.

4. Karakteristik *Academic Stress*

Rossaline, dkk (2021) bahwa faktor akademik menjadi salah satu penyumbang potensi mahasiswa mengalami stress dikarenakan perubahan gaya belajar, pemberian tugas, target pencapaian nilai, serta terkait dengan prestasi akademik. Dan semakin tinggi tingkat stress pada mahasiswa akan mengakibatkan terjadinya penurunan prestasi akademik serta berpengaruh pada kesehatan fisik dan mental mereka.

Hidayati (dalam Sukmawati, 2023) memaparkan tanda-tanda seseorang mengalami *academic stress*, diantaranya.

- a. Sering mengalami kesulitan belajar
- b. Sulit fokus atau perhatian mudah teralihkan
- c. Memiliki masalah tidur dan pola makan
- d. Mengalami keluhan somatik (sakit kepala, sakit perut, dll)
- e. Ketidakpuasan terhadap performa akademik
- f. Menghindari aktivitas akademik (sering absen kelas)
- g. Menarik diri dari lingkungan
- h. Dan, pelarian ke hal-hal negatif

Menurut artikel yang di publikasikan oleh Syifa (2022) bahwa mahasiswa yang mengalami ciri-ciri *academic stress* itu akan mempengaruhi banyak hal, juga dapat menyebabkan mahasiswa tersebut mengalami hal-hal yang ia rasa menyusahkannya. Diantaranya.

- a. Kesulitan belajar atau tidak mudah konsentrasi
- b. Merasakan perasaan khawatir setiap waktu
- c. Memiliki masalah kebiasaan tidur yang kurang baik (tidur tidak teratur)
- d. Mengalami perubahan fisik yang begitu tampak
- e. Demotivasi dalam mengerjakan tugas
- f. Mengalami *mood swing* atau perubahan *mood*

- g. Dan, ketika mulai menjaga jarak atau tiba-tiba menjauh dari lingkungan atau teman dekat juga menjadi tanda mahasiswa tersebut mengalami stres pada akademiknya.

B. *Fear Of Failure*

1. Pengertian *Fear Of Failure*

Conroy (2002) menyatakan bahwa rasa takut gagal merupakan suatu dorongan untuk menghindari kegagalan, terutama akibat negatif seperti dalam perasaan malu, konsep diri yang rendah, serta hilangnya pengaruh sosial. Conroy (2007) merupakan kecenderungan untuk menilai ancaman dan merasa cemas dengan situasi yang melibatkan kemungkinan terjadinya kegagalan. Conroy, dkk. (2007) mengatakan *fear of failure* merupakan sebuah bentuk dorongan untuk menghindari kegagalan terutama konsekuensi negative yang timbul dari kegagalan seperti rasa malu dan menurunnnya konsep diri.

Sebastian (2013) mengatakan ketakutan akan kegagalan atau *fear of failure* dapat menyebabkan kehilangan motivasi berujung kepada ketidakinginan dalam mengerjakan tugas akademik khususnya tugas yang paling dianggap sulit yakni tugas akhir atau skripsi. Tak jarang seorang individu harus merasakan kecemasan-kecemasan akan penolakan dari lingkungan sosial ketika usaha mencapai prestasi mengalami kegagalan, atau justru saat ia berhasil mencapai prestasi tinggi.

Menurut Buchalter (1997) masyarakat masih sering menolak individu yang gagal, meskipun ia telah berusaha keras. Oleh karena itu, agar bisa diterima dalam masyarakat, mereka yang mengalami ketakutan akan konsekuensi gagal ini terpaksa menentukan tujuan mereka jauh di bawah potensinya, sehingga kegagalan bisa dihindari. Ketakutan akan kegagalan ini disebut sebagai *fear of Failure*.

Penelitian Hidayah (2012) menemukan bahwa ketakutan akan kegagalan atau *fear of failure* pada mahasiswa jurusan Psikologi UNNES

tergolong pada kategori tinggi dengan persentase 52,63% sisanya sebesar 47,37% berada pada kategori rendah. Hasil tersebut mengindikasikan bahwa sebagian besar mahasiswa jurusan Psikologi UNNES mengalami ketakutan akan kegagalan yang tinggi.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa ketakutan akan kegagalan adalah suatu keadaan/kondisi emosional sementara pada diri seseorang yang ditandai dengan perasaan tegang dan khawatir terhadap sesuatu yang mungkin tidak akan berhasil atau gagal.

2. Aspek-aspek *Fear Of Failure*

Conroy (2002) menyatakan terdapat lima aspek dari *fear of failure* yang sudah diubah ke bahasa Indonesia, diantaranya adalah:

- a. *Fear Of Experiencing Shame and Embarrassment* (ketakutan akan rasa malu dan penghinaan)

Aspek ketakutan akan rasa malu dan penghinaan berkaitan dengan ketakutan akan memermalukan diri sendiri, terutama jika terdapat banyak orang yang mengetahui kegagalan. Perasaan cemas mengenai apa yang dipikirkan orang lain mengenai diri, penghinaan, serta rasa malu yang didapatkan ketika tidak mencapai tujuan yang diharapkan.

- b. *Fear of Devaluing One's Self-Estimate* (ketakutan akan penurunan estimasi diri)

Aspek ketakutan akan penurunan estimasi diri berkaitan dengan ketakutan yang meliputi perasaan kurang pada diri individu. Perasaan-perasaan seperti merasa tidak cukup pintar atau tidak cukup berbakat dalam mengontrol performasinya dengan baik.

- c. *Fear of Having an Uncertain Future* (ketakutan akan masa depan yang tidak pasti)

Aspek ketakutan akan masa depan yang tidak pasti berkaitan dengan ketakutan yang hadir merasa kegagalan yang akan

mengakibatkan suatu ketidakpastian dan berubahnya masa depannya. Kegagalan ditakuti oleh individu akan perubahan rencana yang telah dipersiapkan untuk masa depan, baik dalam jangka pendek ataupun dalam jangka panjang.

- d. *Fear Of Important Other Losing Interest* (ketakutan akan kehilangan pengaruh sosial)

Aspek ketakutan akan kehilangan pengaruh sosial yaitu ketakutan yang melibatkan penilaian orang lain terhadap diri. Perasaan takut apabila ia gagal, orang lain yang penting tidak akan memperdulikan, sehingga nilai dirinya akan menurun dimata orang lain.

- e. *Fear of Upsetting Important Others* (ketakutan mengecewakan orang yang penting)

Aspek ketakutan mengecewakan orang yang penting yaitu ketakutan untuk mengecewakan harapan, kritik, serta kehilangan kepercayaan dari orang lain yang terasa penting bagi dirinya, seperti keluarga atau teman-teman, yang akan menimbulkan rasa penolakan orang-orang yang penting terhadap individu.

3. Faktor-faktor yang mempengaruhi *Fear Of Failure*

Conroy (2007) faktor yang mempengaruhi ketakutan akan kegagalan yaitu karakteristik lingkungan, pola asuh orang tua, pengalaman belajar, kontekstual, faktor subjektif, tempat tinggal, pengalaman masa kecil, serta sekolah. Conroy menambahkan bahwa *fear of failure* juga disebabkan oleh pengalaman di awal masa kanak-kanak, karakteristik lingkungan, pengalaman belajar, dan karena faktor subjektif dan kontekstual.

Salah satu hal yang bisa membuat individu merasa takut akan kegagalan adalah takut memberikan rasa kecewa terhadap orang tua, persepsi mengenai harapan orang tua yang menjadikan individu tersebut merasa

orang tuanya menuntut keberhasilan dalam menyelesaikan tugas akhir dengan lulus tepat waktu Rossaline & Dessy (2021).

Menurut Nainggolan, (2007) ada 3 (tiga) hal yang mempengaruhi perasaan *fear of failure* adalah sebagai berikut:

- a. Kurangnya rasa percaya diri
- b. Ketidakmampuan menghadapi kompetisi
- c. Harapan orang tua yang terlalu tinggi.

Nainggolan (2007) selanjutnya mengemukakan bahwa rasa takut gagal disebabkan oleh :

- a. Pengalaman di awal masakanak-kanak

Pengalaman di masa awal kanak-kanak ini dipengaruhi oleh pola pengasuhan orangtua. Orangtua yang selalu mengeritik dan membatasi kegiatan anak-anaknya akan menimbulkan perasaan Fear Of Failure. Rasa Fear Of Failure bisa juga ditimbulkan oleh orangtua yang terlalu melindungi anak-anaknya sehingga anak nyaris tidak bisa mencapai suatu prestasi tanpa bantuan penuh dari orangtua karena mereka takut jika nanti melakukan kesalahan.

- b. Karakteristik lingkungan

Lingkungan disini meliputi lingkungan keluarga dan sekolah. Karakteristik keluarga yang penuh tuntutan untuk berprestasi merupakan penyebab rasa *fear of failure* pada anak. Lingkungan sekolah akan semakin menekan dengan kompetisi untuk mendapatkan nilai dan juara dalam bidang akademik maupun non akademik.

- c. Pengalaman belajar

Pengalaman kesuksesan dan kegagalan dalam belajar akan mempengaruhi perasaan *fear of failure* pada individu. Kesuksesan yang dicapai dan reward yang mengiringinya akan mengakibatkan individu merasa harus terus mencapai kesuksesan, sehingga ia akan

mengalami perasaan *fear of failure*. *Fear of failure* bisa juga disebabkan oleh kegagalan dan dampaknya yang membuat individu merasa tidak maumengalaminya.

d. Faktor subjektif dan kontekstual

Faktor ini berkaitan dengan struktur lingkungan di mana individu melakukan performansi dan persepsi individu terhadap lingkungan tersebut. Dua hal ini akan memberikan pengaruh pada penetapan tujuan dan sasaran pencapaian prestasi. Lingkungan yang dipersepsikan individu tidak akan mentolerir kegagalan akan mengakibatkan individu mengalami perasaan *fear of failure* sehingga pencapaian tujuan dan sasaran prestasi hanya sampai pada taraf tidak gagal bukan kesuksesan.

Beberapa teori menyebutkan Winkel (2002) bahwa faktor-faktor yang melatarbelakangi *fear of failure* pada siswa yaitu antara lain:

- a. Suasana belajar mengajar di kelas
- b. Suasana dalam keluarga
- c. Alam pikiran siswa itu

Berdasarkan pemaparan yang telah disampaikan ini, bisa disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi *fear of failure* adalah pengalaman masa kanak-kanak, karakteristik lingkungan, pengalaman belajar, dan yang terakhir faktor dari segi subjektif dan konstektual.

Menurut Limbong, M. 2020) ada beberapa faktor yang melatar belakangi rasa takut gagal pada siswa:

- a. Suasana belajar mengajar dikelas

Interaksi antara dosen pengampu bidang studi tertentu dan kelas tertentu, taraf kesukaran materi kuliah, tingkat pentingnya bidang studi dalam keseluruhan kurikulum, dan cara evaluasi belajar

dilaksanakan. Hal tersebut dapat menimbulkan ketakutan yang bersifat negatif.

b. Suasana dalam keluarga

Orang tua mungkin menuntut taraf prestasi tinggi dalam bidang studi tertentu sehingga siswa merasa dikejar-kejar oleh harapan orang tuanya dan merasa khawatir akan mengecewakan mereka sekaligus mengecewakan dirinya sendiri. Rasa takut gagal sering terjadi apabila corak pendidikan dalam keluarga kurang menguntungkan sejak kecil, misalnya orang tua jarang menuntut anak dalam pencapaian prestasi, jarang memberikan umpan balik positif, sering meragukan kemampuan anak dengan kata-kata yang bernada menyalahkan namun menuntut taraf prestasi yang tinggi dalam bidang kehidupan.

c. Alam pikiran siswa itu sendiri

Tekanan-tekanan diatas terutama dari orang tua akan mengakibatkan siswa membentuk konsep yang negativemengenai dirinya sendiri. Siswa akan cenderung pesimis akan potensi yang dimilikinya dan masa depan yang bisa dicapai dengan kemampuannya yang terbatas.

4. Karakteristik Fear Of Failure

Conroy (2002) selanjutnya memperinci karakteristik individu yang mengalami *fear of failure*, yaitu:

a. Memiliki goal-setting yang defensif

Atribusi yang dilakukan oleh siswa adalah atribusi eksternal. Siswa akan menyerah pada faktor-faktor internal yang stabil dan tidak bisa diubah, contohnya tingkat inteligensi yang kurang tinggi, kemampuan yang kurang takdir, dan sebagainya. Hal ini kemudian mendorong siswa untuk menetapkan tujuan dan sasaran yang seadanya dengan alasan keterbatasan faktor internal yang stabil.

- b. Performansi yang buruk pada situasi tertentu, terutama situasi yang dipersepsikan penuh tekanan atau situasi baru.

Karakteristik ini bisa dilihat jelas jika siswa menunjukkan keraguraguan dan ketidakpastian bila dihadapkan pada tugas baru, saat siswa kurang memperhatikan dan kurang mendengarkan penjelasan tentang pokok bahasan yang baruserta kurang suka belajar dibawah tekanan, kurang suka ditanyai, karena takut menjawab salah.

- c. Menghindari kompetisi.

Karakteristik ini bisa dilihat dari sikap individu yang menghindari kompetensi atau persaingan diantara siswa. Adanya ketidakmampuan individu menghadapi kompetensi dalam belajar

- d. Selalu menginginkan tanggapan positif dari oranglain.

Karakteristik ini bisa dilihat dari perilaku siswa yang sering meminta umpan balik terhadap kualitas pekerjaan yang dihasilkan dan mengharapkan petunjuk jelas dan berulang-ulang dari pengajar atau dosen.

Individu yang berorientasi menghindari kegagalan memiliki karakteristik sebagai berikut Limbong, M (2020) adalah :

- a. Memandang kemampuannya sebagai sesuatu yang tidak dapat mengalami perubahan.
- b. Tidak yakin benar tentang potensi yang dimilikinya
- c. Kurang memiliki rasa harga diri yang terlepas dari taraf prestasi belajar yang dicapai.
- d. Sasaran belajar yang ditetapkan termasuk "sasaran prestise" untuk memberikan kesan yang baik kepada orang atau dirinya.
- e. Pertimbangan pokok, jangan sampai gagal.

- f. Bilamana pada umumnya cukup berhasil, atau mengalami kegagalan, cenderung tidak mengambil resiko apapun dan mempertahankan apa saja yang telah dimilikinya.
- g. Bilamana pengalaman gagal dan sukses pernah dialami, siswa cenderung mengambil sikap melindungi diri dengan menetapkan sasaran yang sangat rendah atau sangat tinggi, sehingga kemajuan belajar hanya minimal.

C. Mahasiswa Penerima Beasiswa Afiriasi

Pengertian Mahasiswa menurut KBBI Mahasiswa adalah peserta didik pada jenjang Perguruan Tinggi. Wendy & Rizki (2018) mahasiswa merupakan masa memasuki masa dewasa yang pada umum berada pada rentang usia 18-25 tahun, pada masa tersebut mahasiswa memiliki tanggung jawab terhadap masa perkembangannya, termasuk memiliki tanggung jawab terhadap kehidupannya untuk memasuki masa dewasa. Serta mahasiswa juga seorang makhluk individu dan makhluk sosial. Mahasiswa adalah seseorang yang sedang dalam proses menimba ilmu ataupun belajar dan terdaftar sedang menjalani pendidikan pada salah satu bentuk perguruan tinggi yang terdiri dari akademik, politeknik, sekolah tinggi, institut dan universitas (Hartaji, 2012).

Berdasarkan UU No 12/2012 tentang Pendidikan Tinggi, Pemerintah Indonesia berkewajiban meningkatkan akses dan kesempatan belajar di Perguruan Tinggi serta menyiapkan insan Indonesia yang cerdas dan kompetitif. Beasiswa Afiriasi Pendidikan Tinggi yang selanjutnya disebut Beasiswa ADik adalah salah satu intervensi kebijakan pendidikan yang bersifat afiriasi dalam bentuk Bantuan Pemerintah untuk memberikan kesempatan belajar kepada mahasiswa karena kondisi dan keberadaanya sehingga mengalami kesulitan dan keterjangkauan akses pendidikan pada jenjang pendidikan tinggi.

Mahasiswa penerima beasiswa afiriasi, terutama dari daerah 3T (tertinggal, terdepan, terluar), TKI (Tenaga Kerja Indonesia), dan Papua, sering

Nur Aisyah Tul Nisha, 2024

PENGARUH FEAR OF FAILURE TERHADAP ACADEMIC STRESS PADA MAHASISWA PENERIMA BEASISWA AFIRMASI DIKTI (DAERAH ADIK 3T, ADIK TKI, DAN PAPUA) DI INDONESIA

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

kali merantau karena beberapa alasan yang berkaitan dengan program beasiswa dan kondisi mereka. Diantaranya adalah :

1. Akses Pendidikan: Beasiswa afirmasi sering kali diberikan kepada mahasiswa dari daerah-daerah yang memiliki akses pendidikan terbatas. Dengan merantau ke pusat-pusat pendidikan yang lebih baik, mereka mendapatkan kesempatan untuk mengakses fasilitas pendidikan yang lebih lengkap dan berkualitas.
2. Peningkatan Kualitas Hidup: Beasiswa afirmasi dirancang untuk meningkatkan kualitas hidup dan masa depan penerima beasiswa. Dengan merantau ke kota besar atau universitas terkemuka, mahasiswa dapat memperoleh pendidikan yang lebih baik, yang pada akhirnya diharapkan akan meningkatkan peluang kerja dan kualitas hidup mereka di masa depan.
3. Kesempatan untuk Berkembang: Merantau memberikan mahasiswa kesempatan untuk mengalami lingkungan yang berbeda dan lebih kompetitif. Hal ini dapat membantu mereka mengembangkan keterampilan pribadi dan profesional, memperluas jaringan sosial, dan menumbuhkan kemampuan beradaptasi yang penting dalam dunia kerja.
4. Program Beasiswa: Program beasiswa afirmasi sering kali mencakup kewajiban untuk merantau ke universitas atau institusi pendidikan tertentu yang mungkin tidak tersedia di daerah asal mereka. Ini bertujuan untuk memastikan bahwa mahasiswa mendapatkan pendidikan yang sesuai dengan standar akademik yang ditetapkan oleh program beasiswa.
5. Dukungan Pemerintah: Pemerintah memberikan beasiswa afirmasi sebagai upaya untuk mengurangi kesenjangan pendidikan antar daerah. Dengan merantau, mahasiswa dari daerah kurang berkembang memiliki kesempatan yang lebih besar untuk mengejar pendidikan tinggi dan berkontribusi pada pembangunan daerah mereka setelah menyelesaikan studi.
6. Pengembangan Potensi: Merantau juga memberikan mahasiswa kesempatan untuk mengeksplorasi potensi mereka dalam lingkungan yang

lebih kompetitif dan dinamis. Pengalaman ini bisa menjadi motivasi tambahan untuk mencapai kesuksesan akademis dan profesional.

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia yang di publish oleh Irianto (2023) mengatakan bahwa merantau memiliki arti berlayar ataupun mencari penghidupan di tanah rantau atau pergi ke negeri lain untuk mencari penghidupan, ilmu, dan sebagainya. Aprial (2020) alasan utama orang merantau adalah untuk meraih kesuksesan, yang membutuhkan keberanian agar lebih percaya diri dan mandiri. Naim (2013) menjelaskan bahwa merantau merupakan bentuk usaha untuk mencari akses pendidikan yang lebih baik di luar daerah asal. Mahasiswa dari daerah dengan fasilitas pendidikan terbatas sering merantau ke kota besar untuk mendapatkan akses pendidikan yang lebih memadai.

Berdasarkan pengertian mengenai mahasiswa penerima beasiswa afirmasi yang telah dipaparkan di atas dapat disimpulkan bahwa mahasiswa penerima beasiswa afirmasi adalah individu yang meninggalkan daerah asal atau kampung halamannya, dalam jangka waktu yang lama, khususnya pada penelitian ini pada mahasiswa penerima beasiswa afirmasi merantau atas keperluan sekolah atau pendidikan tinggi yakni tingkat Universitas.

D. Kerangka Berpikir

Memasuki perguruan tinggi, mahasiswa mengalami lonjakan signifikan dalam hal adaptasi akademik dibandingkan saat masih di sekolah menengah atas. Kehidupan di universitas merupakan periode yang rentan bagi mahasiswa, karena tuntutan akademik yang dihadapi jauh lebih berbeda dan menantang dibandingkan dengan masa SMA (Kitsantas, 2013).

Terdapat beberapa tuntutan yang membedakan masa sekolah dan masa kuliah, termasuk persaingan akademik, interaksi dengan lingkungan, penugasan, kemandirian belajar, kemampuan berpikir analitis, hingga menyelesaikan berbagai tugas seperti makalah, presentasi, praktek, merancang

intervensi, serta menjalani pelatihan, magang, dan kegiatan organisasi kemahasiswaan sebagai bagian dari pengembangan diri. Salah satu aspek utama adalah penugasan perkuliahan yang diberikan oleh dosen di setiap mata kuliah, yang menjadi bagian dari tuntutan akademik. Akibatnya, banyak mahasiswa merasakan stres. Menurut Yusuf (2011), stres adalah perasaan tidak nyaman, tertekan, baik secara fisik maupun psikis, yang muncul sebagai respons individu terhadap stressor yang mengancam, mengganggu, atau membahayakan kesejahteraan, kepentingan, dan keinginannya.

Busari, (2014) menjelaskan bahwa *academic stress* adalah suatu kondisi yang terjadi karena individu berhadapan dengan tuntutan yang dipersepsikan berlebihan dan tidak dapat diselesaikan. *Academic stress* pada dasarnya merupakan reaksi psikologis yang terjadi jika seseorang merasakan ketidakseimbangan antara tuntutan yang dihadapi dengan kemampuan yang dimiliki untuk mengatasinya. Gadzella dan Masten (2005) melihat bahwa *academic stress* sebagai persepsi seseorang terhadap *academic stressor* yang terdiri dari reaksi fisik, emosi, perilaku dan kognitif terhadap *stressor* tersebut.

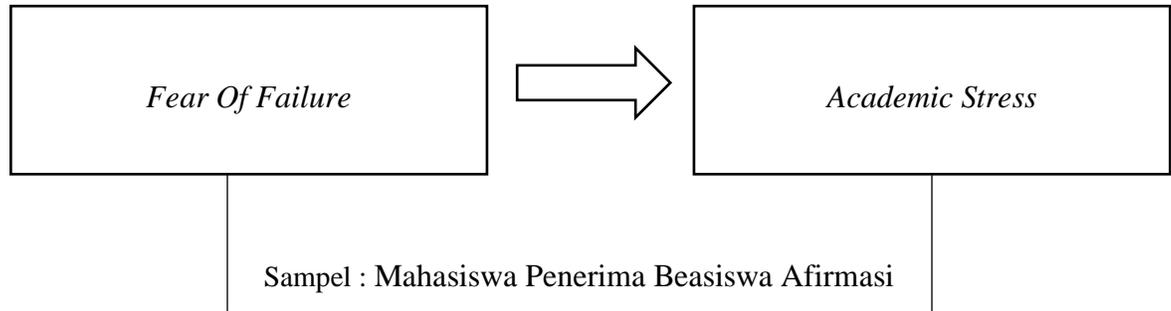
Berdasarkan hasil penelitian Husnul, dkk (2023), terdapat hubungan antara *academic stress* dan *fear of failure*. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa ketakutan akan kegagalan (*fear of failure*) mempengaruhi kinerja akademik siswa. Perasaan takut gagal ini cenderung membuat siswa menunda belajar, yang pada akhirnya berdampak negatif pada pencapaian akademik mereka. Oleh karena itu, mahasiswa dengan tingkat *fear of failure* yang tinggi lebih rentan mengalami stres akademik. Menurut Conroy (2002) bahwa *fear of failure* dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain karakteristik lingkungan, pola asuh orang tua, pengalaman belajar, faktor kontekstual, faktor subjektif, tempat tinggal, pengalaman masa kecil, serta lingkungan sekolah. Conroy juga menekankan bahwa sekolah merupakan salah satu faktor yang signifikan dalam membentuk rasa takut akan kegagalan, terutama di kalangan siswa dan mahasiswa. Mahasiswa, sebagai bagian dari lingkungan akademik, sering kali tidak terlepas dari tekanan akademik. Gregoire (2004) juga menyatakan bahwa

academic stress adalah salah satu jenis stres yang paling umum dialami mahasiswa, dengan jumlah mahasiswa yang mengalami *academic stress* cenderung meningkat setiap semester. *Academic stress* didefinisikan sebagai kondisi di mana individu mengalami tekanan sebagai hasil dari persepsi dan penilaian terhadap stressor akademik, yang terkait dengan pembelajaran dan pendidikan

Keadaan yang mempengaruhi rasa takut gagal yang dijelaskan Tengku A (2003) ialah kepercayaan diri yang rendah, ketidakmampuan menghadapi persaingan, serta harapan yang tinggi dari orang tua. Salah satu yang dapat membuat mahasiswa merasa takut gagal adalah takut membuat orang tua kecewa, persepsi terhadap harapan orang tua menjadikan mahasiswa tersebut merasa orang tuanya menuntut untuk menyelesaikan studi dan lulus tepat waktu. *Fear of failure* ini muncul akibat dari rendahnya kepercayaan diri, kecemasan dan perfeksionisme. Dapat disimpulkan bahwa *fear of failure* merupakan kecemasan atau kekhawatiran yang irasional yang akhirnya menerunkan kepercayaan diri mereka untuk mengerjakan suatu tugas.

Penelitian ini berfokus pada pengaruh *fear of failure* terhadap *academic stress* pada mahasiswa penerima beasiswa afirmasi DIKTI (ADik 3T, ADik TKI, dan Papua) di Indonesia. Mahasiswa penerima beasiswa ini berasal dari daerah tertinggal, terluar, terpencil, atau dari keluarga TKI, dan seringkali menghadapi tantangan besar dalam beradaptasi dengan lingkungan akademis yang berbeda dari asal mereka. Ketakutan akan kegagalan (*fear of failure*) dapat meningkatkan tekanan psikologis, terutama ketika mereka merasa harus memenuhi ekspektasi tinggi dari diri sendiri, keluarga, dan pemberi beasiswa. Tekanan ini dapat memicu atau memperparah stres akademis, yang berdampak negatif pada kesejahteraan dan kinerja akademis mereka. Dengan demikian, penelitian ini bertujuan untuk menguji hipotesis apakah terdapat pengaruh *fear of failure* terhadap *academic stress* pada mahasiswa penerima beasiswa afirmasi DIKTI. Analisis data akan dilakukan untuk melihat sejauh mana *fear of failure* dapat mempengaruhi *academic stress* pada populasi tersebut. Berikut

bagan kerangka berpikir dari pengaruh *fear of failure* terhadap *academic stress* pada mahasiswa penerima beasiswa afirmasi dikti daerah 3T, TKI, dan Papua.



Gambar 2. 1 Bagan Kerangka Berpikir

E. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah, kajian pustaka, dan kerangka pemikiran yang sudah diuraikan diatas, maka hipotesis dalam penelitian ini adalah *fear of failure* memiliki pengaruh terhadap *academic stress* pada mahasiswa penerima Beasiswa Afirmasi DIKTI (daerah 3T, TKI dan Papua) di Indonesia.